

Medienmitteilung

Thun, 4. Mai 2026

Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene im Aufbau Jung und einsam? Kennenlern-Treffen in Thun am 8. Juni 2026

Am 8. Juni 2026 findet in Thun ein erstes Kennenlern-Treffen für den möglichen Aufbau einer Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene statt, die sich mit dem Thema Einsamkeit auseinandersetzen möchten. Das Treffen bietet einen unverbindlichen Rahmen, um sich kennenzulernen, auszutauschen und gemeinsam zu prüfen, ob Interesse an der Gründung einer Selbsthilfegruppe besteht. Begleitet wird der Prozess von Selbsthilfe BE.

Viele junge Erwachsene erleben Phasen von Einsamkeit, sozialer Unsicherheit oder das Gefühl, mit ihren Herausforderungen allein zu sein. Das geplante Treffen soll einen geschützten Raum schaffen, in dem interessierte Personen miteinander in Kontakt treten und gemeinsam über mögliche Bedürfnisse und Themen einer zukünftigen Selbsthilfegruppe sprechen können.

Eingeladen sind Erwachsene im Alter von 18 bis 40 Jahren, die sich Austausch und Verbindung mit Gleichbetroffenen wünschen. Im Zentrum des Treffens steht das unverbindliche Kennenlernen sowie die gemeinsame Klärung, ob und in welcher Form eine Selbsthilfegruppe entstehen soll.

Das Kennenlern-Treffen findet am 8. Juni 2026 von 18.00 bis 20.00 Uhr in Thun statt. Bei schönem Wetter wird das Treffen draussen durchgeführt.

Die Teilnahme ist kostenlos und vertraulich. Eine Anmeldung wird empfohlen, um die Vorbereitung zu erleichtern und einen passenden Rahmen zu gewährleisten.

Interessierte können sich unverbindlich bei Selbsthilfe BE telefonisch unter 0848 33 99 00 melden.

Weitere Informationen:

[Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene in Thun – Kennenlern-Treffen am 08.06.2026](#)

3'060 Zeichen inkl. Leerzeichen

Hinweis an die Redaktion:

Für Interviewanfragen oder weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Regula Maag | Beratung
Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Thun
Marktgasse 17 | 3600 Thun
T. 033 221 75 76, r.maag@selbsthilfe-be.ch



Selbsthilfe BE

Selbsthilfe BE ist Anlaufstelle und Drehscheibe für die gemeinschaftliche Selbsthilfe im Kanton Bern und fördert Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Themen des Sozial- und Gesundheitsbereiches. Ziel von Selbsthilfe BE ist es, Menschen in ähnlichen Lebenssituationen zusammenzuführen, um ihnen über die gemeinschaftliche Selbsthilfe mehr Lebensqualität zu ermöglichen, sowie die Öffentlichkeit für das Thema Selbsthilfe zu sensibilisieren und zu informieren. Selbsthilfe BE bietet in seinen vier Beratungszentren in Bern, Thun, Biel und Burgdorf folgende kostenlose Dienstleistungen an:

- Information und Beratung rund um das Thema Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen
- Vermittlung und Vernetzung zu Selbsthilfegruppen
- Unterstützung und Begleitung beim Aufbau neuer Selbsthilfegruppen
- Beratung der Selbsthilfegruppen bei Fragen und Herausforderungen

Selbsthilfe BE ist im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern tätig.

Telefonische Beratung:

Mo-Do | 09.00-12.30 und 14.00-16.30 Uhr

0848 33 99 00

info@selbsthilfe-be.ch

www.selbsthilfe-be.ch

[Bilder zum Download](#)